

# Первая помощь при переломах и ушибах вывихах и растяжениях

Выполнила:  
Зимовцева У.В.  
Студентка 201 группы  
Преподаватель:  
Оксана Егоровна

Ушиб

Растяжение

Выберите

Перелом

Вывих

# *Первая медицинская помощь при ушибах*

**Что такое ушиб?**

**Первая помощь  
при ушибе**

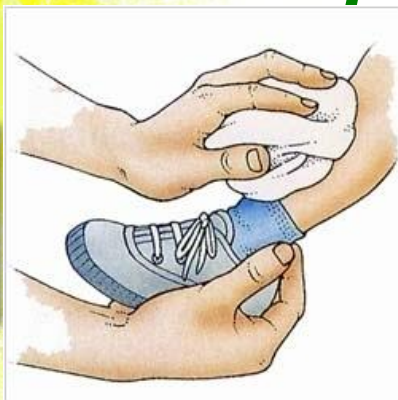
# Первая медицинская помощь при ушибах

## Что такое

**Ушиб** - это травмирование мягких тканей тела (кожи, жировой прослойки, кровеносных сосудов) без серьезных повреждений кожи во время падения или удара тупым предметом.

Основные симптомы ушиба – боль в поврежденном месте, образование гематомы или отека (в результате разрыва или повышения проницаемости сосудов).

## Первая помощь при ушибе



# Первая медицинская помощь при ушибах

Что такое

Первая помощь при

**Ушиб** - это не такая уж серьезная травма, однако при сильном ушибе вы никак не можете быть уверены, что нет перелома. Поэтому, если есть сильная боль, усиливающаяся при движении, покраснение или онемение ушибленного места - нужно обратиться в больницу и сделать рентген.

Особенно подозрительно следует относиться к ушибам головы, позвоночника и грудной клетки. Ушиб головы может сопровождается лишь небольшой шишкой, и только через время появляются симптомы, указывающие на сотрясение мозга (синяки под глазами, тошнота, головокружение, носовые кровотечения).

В любом случае при ушибе нужно приложить к больному месту холод. Это позволит уменьшить отек или гематому за счет сужения сосудов. Для этой же цели делается давящая повязка.

Холод следует прикладывать периодически в течении нескольких часов. А через день, когда поврежденные сосуды заживут, можно начинать обрабатывать ушиб согревающей мазью для улучшения кровообращения и обмена веществ.

# *Первая медицинская помощь при переломах*

**Что такое перелом?**

**Первая помощь  
при переломе**

**Виды закрытых  
переломов и  
первая помощь**

# Первая помощь при переломе

Что такое

перелом?

**Перелом кости — полное или частичное нарушение целостности кости при нагрузке, превышающей прочность травмируемого участка скелета. Переломы могут возникать как вследствие травмы, так и в результате различных заболеваний, сопровождающихся изменениями в прочностных характеристиках костной ткани.**

**Первая помощь при**

**Виды закрытых переломов и первая помощь**

# Первая помощь при переломе

Что такое

перелом?  
Первая помощь при

**переломе**  
При переломах главная задача -обездвижить поврежденную конечность или участок. Любое движение поломанной кости может привести к болевому шоку, потере сознания и повреждению окружающих тканей.

Причем, если пострадавший после падения или удара жалуется на сильную боль, усиливающуюся при любом движении и прикосновении в любом случае нужно обездвижить конечность и вызвать скорую.

Ни в коем случае не рекомендуется самостоятельно пытаться исправить положение поврежденной кости или сопоставлять сломанную кость. Тем более не следует вправлять в глубину раны торчащие кости. Пусть этим занимаются профессионалы.

Чтобы облегчить состояние пострадавшего, можно приложить к больному месту холод, чтобы уменьшить отек, а также дать ему анальгин, темпальгин, амидопирин или другое болеутоляющее.

Можно дать больному попить воды или теплого чая, накрыть его (если холодно).

Если же нет возможности вызвать скорую, то придется самостоятельно делать шину и транспортировать человека. Шину можно сделать из любого подсобного материала (палка, прутья, доски, лыжи, картон, пучки соломы и т. д.). При наложении шины нужно соблюдать следующие правила:

- шина всегда накладывается не менее чем на два сустава (выше и ниже места перелома);
- шина не накладывается на обнаженную часть тела (под нее обязательно подкладывают вату, марлю, одежду и т. д.);
- накладываемая шина не должна болтаться; прикреплять ее надо прочно и надежно;

**Виды закрытых переломов и первая**



# Виды закрытых переломов и первая помощь

- Что делать при переломе пальца
- Что делать при переломе руки
- Что делать при переломе ноги
- Что делать при переломе плеча, ключицы, лопатки
- Что делать при переломе ребра
- Что делать при переломе костей таза

# Виды закрытых переломов и первая помощь

- Что делать при переломе пальца
- Что делать при переломе руки
- Что делать при переломе ноги
- Что делать при переломе плеча, ключицы, лопатки
- Что делать при переломе ребра
- Что делать при переломе костей таза

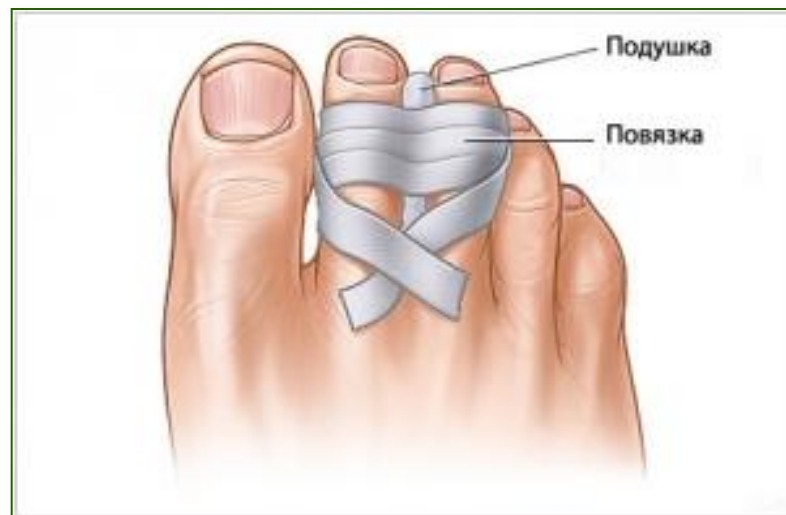
# Что делать при переломе пальца

При переломах пальца, его нужно плотно прибинтовать к соседнему здоровому пальцу.

*Для руки:*

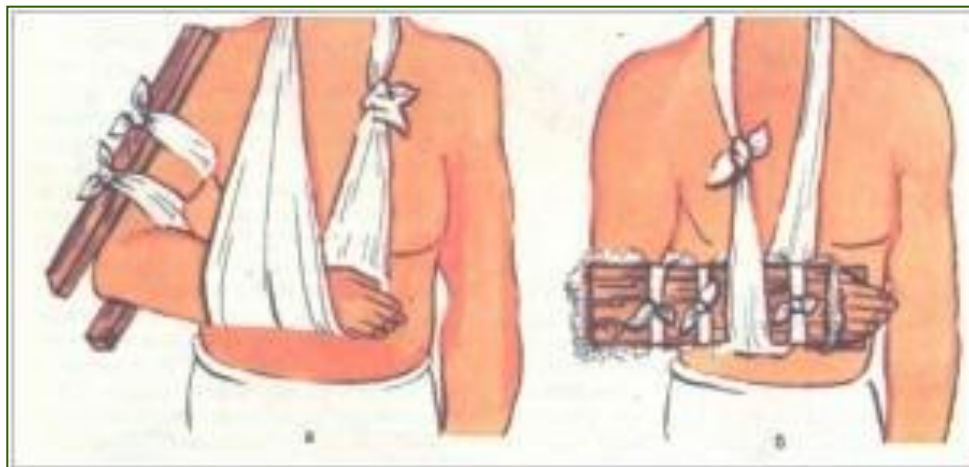


*Для ноги:*



# Что делать при переломе руки

Руку проще всего обездвижить подвесив ее бинтами или треугольной косынкой на перевязь, которая завязывается на шее. При переломе костей предплечья применяются две шины, которые накладывают с обеих — ладонной и тыльной.



# Что делать при переломе плеча, ключицы, лопатки

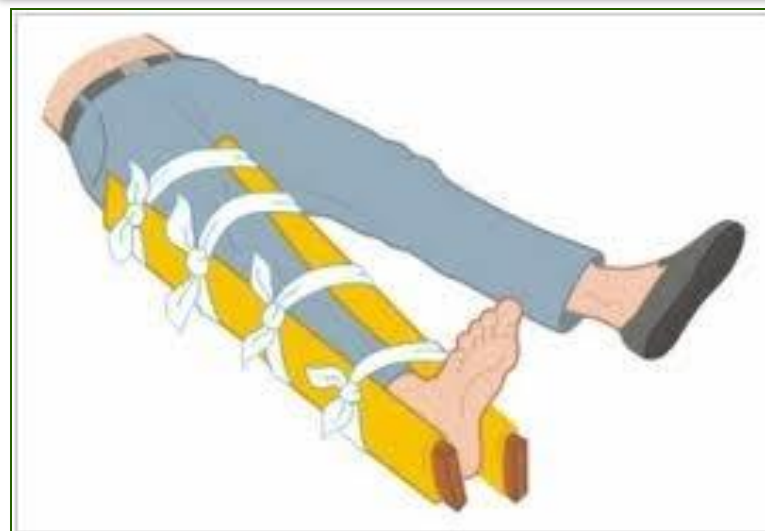
При переломах плечевого пояса под мышку надо положить небольшой валик, а руку подвесить бинтом или косынкой и примотать к туловищу.

Пострадавшего транспортируют в положении сидя.



# Что делать при переломе ноги

Привяжите травмированную ногу к здоровой ноге в области выше и ниже перелома. Либо, если транспортировать пострадавшего в положении лежа не получится - наложите шину накрывающую минимум два сустава ноги. Основная шина накладывается на задней поверхности ноги, чтобы предотвратить сгибания суставов. При переломе бедра - шина накладывается аж до пояса и прибинтовывается к

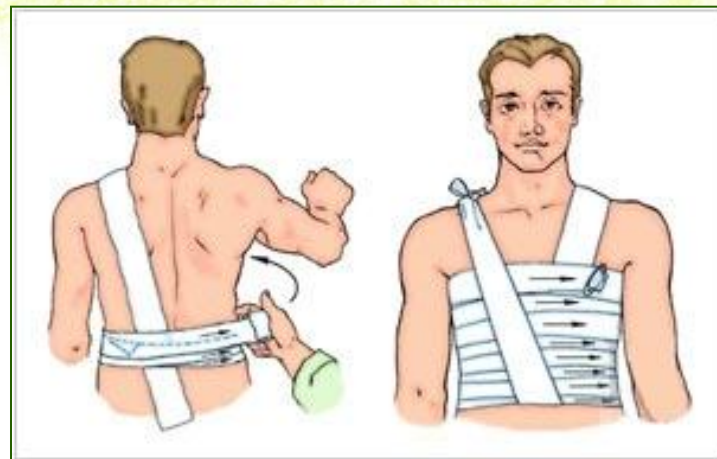


# Что делать при переломе ребра

Т.к. главная задача при переломе - обездвижить сломанные кости, а ребра обычно двигаются при дыхании, то необходимо наложить на грудную клетку давящую повязку. Таким образом, человек будет дышать с помощью мышц живота и ему будет не так больно дышать. При отсутствии достаточного количества бинтов грудную клетку плотно обертывают простыней, полотенцем, шарфом или другим большим куском ткани.

Не нужно разговаривать с пострадавшим - ему больно говорить. Не позволяйте человеку ложиться, т.к. острые отломки ребер могут повредить внутренние органы. Транспортировать

при переломе ребер нужно тоже в



# Что делать при переломе костей таза

Переломы костей таза часто сопровождаются повреждением внутренних органов, кровотечениями и шоком. Необходимо придать пострадавшего такое положение, при котором возникает минимум болевых ощущений. Обычно, это лежа на спине с валиком под ноги. При этом бедра несколько разводятся в стороны. Валик можно сделать из подушки, одежды или любого подвернувшегося материала.

Транспортировка больного производится на твердом щите после проведения различных противошоковых мероприятий (снятие болей, остановка кровотечения).





# *Первая медицинская помощь при растяжении*

**Что такое  
растяжение?**

**Первая помощь  
при растяжении**

# Первая помощь при растяжении

Что такое

растяжение?

**Растяжение** - это частичный или полный разрыв мышц или связок (соединительных волокон, укрепляющих суставы). Обычно это происходит при большой физической нагрузке, которая непропорциональна возможностям человека. Кроме того проблема может возникнуть при неловких или очень активных движениях, нагрузках на не разогретые мышцы. Растяжение нередко случается у детей, спортсменов и у людей, ведущих активную физическую деятельность. Чаще всего наблюдается растяжение связок локтевого, коленного и голеностопного суставов. При растяжениях мышц и связок возникает боль, усиливающаяся при движении, мышечная слабость, синяк и отек. Отек возникает в следствии повреждения стенок кровеносных сосудов.

Первая помощь при  
растяжении

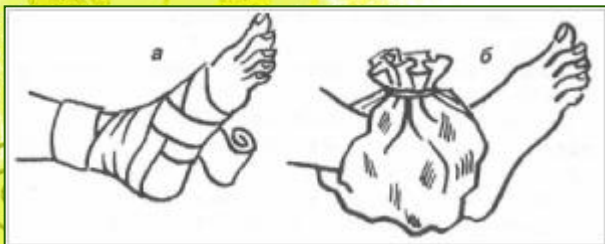
# Первая помощь при растяжении

Что такое

растяжение?

Первая помощь при

растяжении



Как и при переломе и вывихе - при растяжении главная задача - это обездвижить поврежденную конечность. Любое движение может разорвать еще больше волокон, которые в данный момент просто сильно растянуты. Тем более, что то что вам кажется растяжением - может оказаться вывихом или переломом. Не нужно растирать, разминать потянутую руку или расхаживать потянутую ногу - так вы сделаете еще хуже. Лучшее, что вы можете сделать - это прекратить тренировку, обездвижить поврежденную конечность и приложить к растяжению холод - это поможет уменьшить отек и снизить боль в данный момент и (главное!) в последующие дни.

Если боль сильная и на поврежденном месте есть покраснение и/или онемение - необходимо сделать фиксирующую (давящую) повязку или даже шину (как при переломе) и доставить пострадавшего в травмпункт. Там сделают рентген и точно определят, растяжение это или вывих, или перелом.

Если же вы решили обойтись без помощи медиков (боль не слишком сильная) - в любом случае желательно сделать фиксирующую повязку и первые несколько часов - периодически прикладывать холод. Через день (когда кровеносные сосуды заживут) можно начать растирать травму согревающей мазью, чтобы интенсифицировать кровообращение и обмен веществ в поврежденных тканях.

# *Первая медицинская помощь при вывихе*

**Что такое вывих?**

**Первая помощь  
при вывихе**

# Первая помощь при вывихе

## Что такое ВЫВИХ?

Кости соединяются между собой с помощью суставов — подвижных соединений костей, в которых их концы разделены суставной полостью, содержащей синовиальную жидкость. Снаружи сустав покрыт крепкой оболочкой, названной суставной сумкой. Сустав укреплен связками.

Вывих сустава - это выхождение суставной части кости из полости сустава с сопутствующим повреждением суставной сумки и связок. Он может сопровождаться сдавливанием и разрывом кровеносных сосудов. Признаками вывиха сустава служит изменение его формы, отек и сильная боль, усиливающаяся при попытке движений. Чаще всего встречаются вывихи запястья, пальца, локтя, плеча, колена, стопы, тазобедренного сустава, нижнечелюстного сустава. Вывих запястья и локтя происходит чаще всего при падении на вытянутую, или повернутую кнаружи руку. Вывих тазобедренного сустава чаще всего бывает при падении с высоты, а также при ДТП.

## Первая помощь при

# Первая помощь при растяжении



Что такое

вывих?

Первая помощь при

**ВЫВИХЕ**

Как и при переломе, главная задача первой помощи - обездвижить поврежденный сустав не меняя его положения. И ни в коем случае не пытаться вправить вывих самостоятельно!

Следует дать пострадавшему анальгин или другое обезболивающее и приложить холод к суставу. Дождаться скорой.

Если нет возможности вызвать скорую - необходимо сделать шину и повязку также как и при переломе и отвезти пострадавшего в травмпункт.

При вывихе бедра прибинтуйте поврежденную конечность к здоровой не меняя ее положения. Транспортировать пострадавшего необходимо в положении лежа на жесткой поверхности.

В травмпункте вывих обезболивают, сделают рентген и вправят сустав.